

Lewensorientering Graad 4

By:
Siyavula Uploaders

Lewensorientering Graad 4

By:

Siyavula Uploaders

Online:

< <http://cnx.org/content/col11095/1.1/> >

C O N N E X I O N S

Rice University, Houston, Texas

This selection and arrangement of content as a collection is copyrighted by Siyavula Uploaders. It is licensed under the Creative Commons Attribution 3.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>).

Collection structure revised: September 18, 2009

PDF generated: February 6, 2011

For copyright and attribution information for the modules contained in this collection, see p. 45.

Table of Contents

1 Kwartaal 1

1.1	Gesonde spyskaarte	1
1.2	Wat is in jou kospakkie vir skool?	4
1.3	'n Gesonde omgewing en persoonlike gesondheid	7
1.4	Gesondheidsregte en -verantwoordelikhede	8
1.5	Padveiligheid	10

2 Kwartaal 2

2.1	Kinderregte	13
2.2	Vooroordele en stereotipering	14
2.3	Verhoudings tussen grootmense en kinders	16
2.4	Sedelesse uit volksverhale	18
2.5	Plekke van aanbidding	20

3 Kwartaal 3

3.1	Ken jouself	23
3.2	Respek vir ander	25
3.3	Studiemetodes en Tuiswerk	28

4 Kwartaal 4

4.1	Pretspeletjies	33
4.2	Ons oefen speel-speel	35
4.3	Basiese Vaardheidsoefeninge	39
4.4	Veiligheid in en by die water	42

Attributions	45
---------------------------	----

Chapter 1

Kwartaal 1

1.1 Gesonde spyskaarte¹

1.1.1 LEWENSORIËNTERING

1.1.2 Graad 4

1.1.3 GESONDHEID!

1.1.4 Module 1

1.1.5 GESONDE SPYNSKAARTE

In hierdie module kyk ons na die kenmerke van gesonde spyskaarte van verskillende kultuurgroepe.

1.1.5.1 Aktiwiteit 1

1.1.5.2 Om tradisionele mieliepap voor te berei [LU 1.1]

‘n Resep vir tradisionele mieliepap (vir ses mense)

In Suid-Afrika is ‘n bord lekker growwe mieliepap net die ding om jou krag te gee vir ‘n dag se harde werk. Drink ‘n glas vars melk vir ontbyt om seker te maak dat jy genoeg kalsium inkry om jou skelet en tanden sterk en gesond te hou terwyl jy nog groei.

Hier is ‘n resep vir mieliepap wat julle by die huis of selfs by die skool kan maak. Die resep is genoeg vir vyf koppies mieliepap:



Figure 1.1

Bestanddele:

Een koppie mielieemeel

Vyf tot ses koppies water

‘n Knippie sout

Metode:

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25104/1.1/>>.

Kook die water en voeg die sout daarby.

Meng die graan (mieliemeel) met 'n bietjie koue water.

Roer die meel in die kookwater en hou aan roer tot die pap begin dik word.

Roer die pap af en toe terwyl dit stadig kook. Jy kan 'n bietjie water bygooi as dit te dik word.

Sit dit voor met melk en suiker of heuning na smaak.

Wenk:

Die water kan deur melk vervang word. Dit verhoog die voedingswaarde van die pap.

1.1.5.3 Aktiwiteit 2

1.1.5.4 Om 'n "kookboks" te maak [LU1.1]

Maak 'n "kookboks" (Eng. hotbox). Dit is 'n slim manier om elektrisiteit te bespaar.

Benodigde:

'n Stewige houer, bv. kartondoos.

Twee ou kussings.

'n Ou kombers, koerante of stukke materiaal of sak.

'n Kastrol wat ten minste een en 'n half liter water kan hou. Dis belangrik dat die kastrol 'n deksel het wat goed pas.

Bestanddele soos vir mieliepap.

Metode:

Verstewig en isoleer die kartondoos aan die buitekant met 'n ou kombers, sak of koerantpapier.

Plaas een kussing onderin die doos en maak 'n holte daarin.

Bring die mieliepap (soos op die vorige bladsy verduidelik) tot kookpunt op 'n stoofplaat, primusstofie of vuurtjie.

Maak die kastrol dig toe met die deksel en plaas dit in die holte van die kussing in jou kookboks.

Sit die ander kussing bo-op die kastrol.

Plaas nog koerante bo-oor en vou dit in sodat die hitte nie ontsnap nie.

Vier ure later sal die pap gaar wees en net die regte hitte vir eet!

Jy kan ook stampmielies (Eng. samp), droë boontjies, lensies en ander graansoorte so gaarmaak. Onthou net om dit oornag te week voordat jy dit kook.

Het jy geweet dat 'n mens ook pap só in 'n warmwaterfles kan gaarmaak?

1.1.5.5 Aktiwiteit 3

1.1.5.6 Om 'n spyskaart vir 'n Moedersdag-ontbyt te beplan[LU1.1]

Groepwerk

1. Gesels oor wat julle vir ontbyt eet. Maak voorstelle hoe julle dit kan verbeter.

2. Wat is vir julle die heel lekkerste ontbyt?

3. Maak 'n tydskrifadvertensie vir jou gunsteling ontbytpap. Onthou, jou teikengroep is skoolgaande kinders.

4. Beplan 'n televisie-advertensie vir 'n nuwe graankos. Kyk of julle ook 'n klingel (Eng. jingle), dit is 'n kort liedjie, kan uitdink om die produk te adverteer.

5. Dis Moedersdag en julle moet 'n verrassingsontbyt vir 'n wonderlike ma uitdink.

Spyskaart vir Moedersdagontbyt:



Figure 1.2

Assessering

Evalueer die ander groepe se pap met 'n gesigge:

Samewerking	swak	redelik	goed
Navolg van instruksies			
Voltooiing van 'n opdrag			
Smaak van die pap			

Table 1.1

Vergelykende tabel vir gaarmaakmetodes van mieliepap.

Gaarmaak- Metode:	Primusstoof	Driepoot met vu- urtjie	Kookboks	Warmwaterfles
Voorbereidings- tyd (bv. maak van die kookboks)				
Gaarmaaktyd				
Hoe lank bly dit warm?				
Tongtippie- toets (Watter pap is die lekkerste?)				

Table 1.2

1.1.5.7 Aktiwiteit 4

1.1.5.8 Om 'n advertensie-klingel ("jingle") vir ontbytpap te komponeer [LU 1.1]

My assessoring van die verskillende groepe se televisie-klingel (maak 'n regmerk in die tabel wat jy dink die groep verdien):

Groep	swak	redelik	goed

Table 1.3

1.1.6 Assessering

LEERUITKOMS 1: GESONDHEIDSBEVORDERING

Die leerder is in staat om ingeligte besluite oor persoonlike, gemeenskaps- en omgewingsgesondheid te neem.

1.1.6.1 Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

- 1 spyskaarte uit verskillende kulture ondersoek en planne vir gesonde maaltye voorstel.

1.2 Wat is in jou kospakkie vir skool?²

1.2.1 LEWENSORIËNTERING

1.2.2 Graad 4

1.2.3 GESONDHEID!

1.2.4 Module 2

1.2.5 WAT IS IN JOU KOSPAKKIE VIR SKOOL?

1.2.5.1 Aktiwiteit 1

1.2.5.2 Om ‘n gesonde kosblik te pak

“Pak” ‘n gesonde kosblik uit die items in die tabel op bladsy 2 en 3. Items moet in die Ja- en Nee-kolomme georden word in volgorde van voorkeur. Onthou, party van die items is wel gesond, maar is nie ‘n slim keuse vir skoolkos nie.

1. Elke groeplid bring een item vir ‘n gesondheidskosblik en gee ‘n rede vir sy keuse.
2. Hou een pouse ‘n gesondheidspiekniek.
3. Maak ‘n mega-toebroodjie. Die wenner is die een met die lekkerste EN gesondste broodjie.
1. Dink aan kinders in die gemeenskap wat glad nie skoolkos kan bekostig nie. Elke leerder bring ‘n item wat gesond is en julle pak ‘n groot houer met kospakkies wat julle saam met die onderwyser na die naaste kindersorgsentrum neem.

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25124/1.1/>>.

(c) Doen op jou eie:

- (i) Is elke kossoort gesond of ongesond? Merk hulle af onder *Ja* of *Nee*.
- (ii) Rangskik die kossoorte volgens jou voorkeur van bo na onder in die kolom *My voorkeure*.

Kossoort	Ja	Nee	My voorkeure
‘n heel pynappel			
‘n tamatie			
‘n pakkie springmielies			
‘n McDonald’s burger			
‘n blokkie kaas			
‘n <i>Kitkat</i>			
‘n gaar groenmielie			
‘n blikkie <i>Coke</i>			
‘n rooiworsie			
‘n ongekookte eier			
‘n waatlemoen			
‘n nartjie			
‘n toffie-appel			
‘n pakkie rosyntjies			
‘n piesang			

Table 1.4



Figure 1.3

1.2.5.3 Aktiwiteit 2

1.2.5.4 Om ‘n tekening van ‘n gesonde kospakkie te maak [LU 1.1]

Teken ‘n gesonde kospakkie in die ruimte hieronder.

1.2.5.5 Aktiwiteit 3

1.2.5.6 Om ‘n tekening van ‘n gesonde bord kos te maak [LU 1.1]

Teken ‘n gesonde bord kos met die volgende kossoorte daarop: 1 Proteïenporsie, 1 koolhidraatporsie, 2 groen-teporsies (een groen en een oranje of rooi).

1.2.5.7 Aktiwiteit 4

1.2.5.8 Om pampoensop te maak [LU 1.1]

Onderstreep die produkte uit die onderstaande lys waarvan jy 'n sop met hoë voedingswaarde kan kook en wat koolhidrate en vitamine bevat:

3 gerasperde wortels,
 1 koppie water
 5 blokkies sjokolade
 'n knippie sout
 'n teelepel kitskoffie
 1 koppie pampoen, in blokkies opgesny
 2 fyngedrukte gaar aartappels
 'n knypie swartpeper
 2 eetlepels lemoensap
 'n halwe teelepel fyngekapt pietersielie
 3 koppies suiker
 2 stukkies kougom
 een teelepel kerriepoeier

Die sop kan by die skool of by die huis gemaak word. Kook al die korrekte bestanddele oor 'n stadige hitte totdat al die groente sag is. Maak seker dat die regte produkte gebruik word, anders kan 'n nare brousel die gevolg wees. Vra ook eers toestemming voordat Ma se koskas binnegevaar word.

1.2.5.9 Aktiwiteit 5

1.2.5.10 Om 'n woordspeletjie te speel [LU 1.1]

Skommel die letters rond om vas te stel van watter gesonde groente Johan en Miranda hou:

mooklob	
snipasie	
peltaarap	
welrot	
ebet	
seerjit	

Table 1.5

1.2.6 Assessering

LEERUITKOMS 1: GESONDHEIDSBEVORDERING

Die leerder is in staat om ingeligte besluite oor persoonlike, gemeenskaps- en omgewingsgesondheid te neem.

1.2.6.1 Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

- 1 spyskaarte uit verskillende kulture ondersoek en planne vir gesonde maaltye voorstel.

1.3 'n Gesonde omgewing en persoonlike gesondheid³

1.3.1 LEWENSORIËNTERING

1.3.2 Graad 4

1.3.3 GESONDHEID!

1.3.4 MODULE 3

1.3.5 'N GESONDE OMGEWING EN PERSOONLIKE GESONDHEID

Die verband tussen 'n gesonde omgewing en persoonlike gesondheid

1.3.5.1 Wees slim in die son



Figure 1.4

Ons bly in 'n land wat bekend is vir sy wonderlike sonskynweer. Die son kan 'n mens baie goed laat voel en jou liggaam help om gesonde vitamine te vervaardig. Die mens kan ook die warm strale van die son inspan om vrugte, byvoorbeeld perskes, en groente soos tamaties, te droog en sodoende te preserveer. Wetenskaplikes gebruik sonstrale om krag op te wek wat gebruik kan word in plaas van elektrisiteit. Ons noem dit sonenergie.

Die son kan ook skade aanrig. Wanneer mense gereeld in die hitte van die dag (bv. 12:00) op die strand in die son lê en sonbrand, word die vel sodanig beskadig dat 'n mens later velprobleme, bv. velkanker, kan opdoen. As 'n mens té strawwe oefening in die warm son doen sonder om water te drink, loop jy die gevaar om te dehidreer (ontwater). Dit beteken dat jou liggaam te veel vog verloor en jy dan naar en siek begin voel. Meeste soorte plante verskroei in die warm son, veral as daar nie genoeg vog in die grond is nie.



Figure 1.5

1.3.5.2 Aktiwiteit 1

1.3.5.3 Om 'n toeristebrosjure te ontwerp [LU 1.2]

Plak 'n fotokopie, of die werklike pamphlet wat julle groep gemaak het om 'n vakansie in die sonnige Suid-Afrika te adverteer, in jul modules.

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25125/1.1/>>.

1.3.5.4 Aktiwiteit 2

1.3.5.5 Om ‘n lys van “sonveilige” reëls te maak [LU 1.2]

Maak ‘n lys van ten minste vyf goue reëls waarmee toeriste rekening moet hou wanneer hulle gedurende die somer in ons sonnige land vakansie hou.

1.3.6 Assessering

LEERUITKOMS 1: GESONDHEIDSBEVORDERING

Die leerder is in staat om ingeligte besluite oor persoonlike, gemeenskaps- en omgewingsgesondheid te neem.

1.3.6.1 Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

1. 2 verslag en ondersoek doen oor die verhouding tussen ‘n gesonde omgewing en persoonlike gesondheid.

1.4 Gesondheidsregte en -verantwoordelikhede⁴

1.4.1 LEWENSORIËNTERING

1.4.2 Graad 4

1.4.3 GESONDHEID!

1.4.4 Module 4

1.4.5 GESONDHEIDSREGTE EN -VERANTWOORDELIKHEDE

Gesondheidsregte waarop kinders kan aanspraak maak en die verantwoordelikhed wat dit meebring

In Suid-Afrika maak ons gebruik van ‘n manifes van menseregte. (Manifes is die deftige woord vir ‘n lys reëls wat die mense van ‘n land beskerm sodat almal regverdig behandel word.)

Op bladsy 3 is ‘n lys van regte waarop leerders mag aanspraak maak. ‘n Baie belangrike aspek van hierdie reëls is dat dit ook van die leerder sekere verantwoordelikhede verwag. Leerders moet ook die regte van ander leerders, hulle opvoeders en ouers eerbiedig.

1.4.5.1 Aktiwiteit 1

1.4.5.2 Om ‘n plakkaat vir kinderregte te maak [LU 1.3]

Julle opvoeder sal die klas in vier groepe verdeel. Twee groepe maak ‘n plakkaat met die twaalf regte van leerders en twee groepe maak plakkate met die pligte van leerders. Dit is belangrik dat julle sal besef dat daar aan elke reg ook ‘n plig gekoppel is. Julle plakkate moet van so ‘n standaard wees dat dit permanent in die klaskamer uitgestal kan word as deel van versieringsleermateriaal en later weer gebruik kan word. Die lys op bladsy 3 bevat gevorderde begrippe wat deur julle opvoeder verduidelik sal word. Dit is baie belangrik dat julle die taal en die inhoud daarvan verstaan sonder dat dit verder vereenvoudig moet word op julle plakkate.

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25127/1.1/>>.



Figure 1.6

(a) Regte van leerders

1. Om opgevoed te word en om geestelik en fisies te ontwikkel.
2. Om deur volwassenes versorg en geleei te word.
3. Om regverdig en met respek behandel te word.
4. Om toegang te hê tot inligting.
5. Om die geleentheid te hê om 'n bydrae te lewer tot die gemeenskap.
6. Om binne 'n veilige omgewing te wees waarbinne leer bevorder word.
7. Om teen jou eie pas te ontwikkel.
8. Om na die hoogste standaarde te mik.
9. Om as 'n individu behandel te word.
10. Om deur opgeleide opvoeders onderrig te word.
11. Om onderrig te ontvang en te mag praat in die taal van jou keuse.
12. Om toegelaat te word om jou kultuur en geloofsoortuigings uit te leef.

(b) Pligte van leerders:

1. Om te luister, te leer en bereid te wees om opgevoed te word.
2. Om grootmense te respekteer en te ondersteun.
3. Om ander met waardigheid en respek te behandel en ingestel te wees om hulle regte te beskerm.
4. Om ander toe te laat en te help om te kan kommunikeer.
5. Om saam met ander onderrig te word en hulle ook help om te leer.
6. Om met ander saam te werk en 'n veilige omgewing te verseker.
7. Om verskille in ander mense waar te neem, toe te laat en te respekteer.
8. Om toegang tot inligting te hê en fluks te werk.
9. Om 'n ander persoon as individu te respekteer.
10. Om bereid te wees om opgevoed te word, saam te werk en met konsentrasie te luister.
11. Om te leer om ander se taalverskille te aanvaar.
12. Om bereid te wees om ander se kultuur en geloofsoortuigings te aanvaar, te respekteer en te help beskerm.

1.4.5.3 Aktiwiteit 2

1.4.5.4 Om 'n briefie oor die leerder se regte te skryf [LU 1.3]

Regte en pligte 1, 2 en 6 het spesifieke met jou gesondheid en veiligheid te make. Die opvoeder sal die inhoud van hierdie drie regte en pligte aan julle verduidelik. Jy moet dan vir jou opvoeder 'n briefie skryf ('n paar sinne) waarin jy vra om hierdie drie regte vir jou toe te laat en waarin jy dan onderneem om jou pligte teenoor jou opvoeder en klasmaats na te kom. Hier volg 'n voorbeeld:

Liewe Juffrou Pienaar

Sal Juffrou asseblief elke dag vir my ietsie nuuts kom vertel sodat ek kan slim word? Sal Juffrou asseblief 'n voorbeeld vir my stel hoe om vriendelik en verdraagsaam teenoor ander te wees? Ek sal baie bly wees as ek binne die klaskamer veilig en beskerm kan voel.

Ek sal elke dag probeer om te luister wat Juffrou vir my sê, om hoflik te wees teenoor Juffrou en vriendelik te wees met my maats. Ek sal nie goed skool toe bring wat ander mense onveilig en bedreig laat voel nie.

Lekker skoolhou!

Veronica



Figure 1.7

My brief

1.4.6 Assessering

LEERUITKOMS 1: GESONDHEIDSBEVORDERING

Die leerder is in staat om ingeligte besluite oor persoonlike, gemeenskaps- en omgewingsgesondheid te neem.

1.4.6.1 Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

1. 3 kinders se regte en verantwoordelikhede verduidelik ten opsigte van gesondheid, en maniere voorstel om dit in 'n bekende situasie toe te pas;

1.5 Padveiligheid⁵

1.5.1 LEWENSORIËNTERING

1.5.2 Graad 4

1.5.3 GESONDHEID!

1.5.4 Module 5

1.5.5 PADVEILIGHEID

Padveiligheid: Reëls vir voetgangers en fietsryers

Ons lees daagliks in koerante van skoolkinders wat raakgery word wanneer hulle te voet of per fiets op pad skool toe was. Baie van hierdie ongelukke kan voorkom word indien kinders (en hulle ouers) padveiligheidsreëls ken en nakom.

Hier is 'n paar basiese reëls wat voetgangers moet nakom:

Voordat jy 'n straat oorsteek, kyk eers regs, dan links en dan weer regs om seker te maak dat daar nie 'n voertuig aankom nie. Loop dan versigtig oor.

By 'n besige straat is dit nodig om by die verkeerslig of stopstraat die straat oor te streek en nie sommer op enige plek nie.

Kruis 'n straat by die sebrastreep-voetoorgang of by die skolierpatrollie, indien dit beskikbaar is.

Loop altyd op die sypaadjie en nie in die motorpad nie. Waar daar nie 'n sypaadjie is nie en ook nie 'n veilige strook langs die pad waar jy kan loop nie, stap flink op die skouer van die pad sover moontlik weg van die motors met jou gesig in die rigting van die aankomende verkeer (d.w.s. aan die regterkant).

⁵This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25130/1.1/>>.

Wees baie versigtig by in- of uitritte vir voertuie.
 Moenie jaag- of balspeletjies speel in of naby 'n motorpad nie.
 Hier is 'n paar reëls wat fietsryers moet onthou:
 Sorg dat jou fiets in 'n goeie padwaardige toestand is.
 Jou fiets moet 'n fietsklokkie hê.
 Wanneer jy in die skemer of donker ry, moet jou fiets 'n helder lig hê.
 Dra altyd 'n valhelm. Dit beskerm jou kop (en brein) wanneer jy val of in 'n ongeluk betrokke is en kan so jou lewe red.
 Ry sover dit moontlik is uitsluitlik in fietspaaie.
 Beplan jou fietsroete skool toe en kies die veiligste roete en nie noodwendig die kortste een nie.
 Moet nooit langs jou maat ry nie, maar ry agter mekaar.
 Gee duidelike en korrekte handtekenes wanneer jy gaan draai.
 Moet nooit fietstoertjies uithaal wanneer daar verkeer op die pad is nie.

1.5.5.1 Aktiwiteit 1

1.5.5.2 Om 'n padkaart vir fietse te teken [LU 1.4]

Die volgende moet aangedui of geteken word waar dit van toepassing is:

- Die skool
- Die ingange na die skool
- Sypaadjies of veilige loopareas
- Die bus- en/of taxi-halte
- Skoolpatrollie-oorgang
- Sebra-voetoorgange
- Verkeersligte
- Stopstrate
- Parkeerplekke
- Fietsroetes
- Fietsloods
- Verkeersbeampte op diens tydens spitsverkeer

Teken met 'n groen pen of kleurpotlood pyltjies om die veiligste roete vir 'n voetganger aan te dui en in pers die veiligste roete vir 'n fietsryer. Rooi kruise dui gevaa rareas op die roete aan.

1.5.5.3 Assessering

	1	2	3	4
Korrekte uitwys van gevaa rareas				
Noukeurigheid in "kaartwerk"				
Uitvoering van opdrag				
Netheid				
Addisionele punt vir kreatiwiteit of oorspronklikheid				

Table 1.6

1.5.6 Assessering

LEERUITKOMS 1: GESONDHEIDSBEVORDERING

Die leerder is in staat om ingeligte besluite oor persoonlike, gemeenskaps- en omgewingsgesondheid te neem.

1.5.6.1 Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

1. 4 verkeersreëls wat van toepassing op padgebruikers is, noem en verduidelik.

Chapter 2

Kwartaal 2

2.1 Kinderregte¹

2.1.1 LEWENSORIËNTERING

2.1.2 Graad 4

2.1.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.1.4 Module 6

2.1.5 KINDERREGTE

Kinderregte volgens die Suid-Afrikaanse grondwet

In module 4 het julle die 12 regte en pligte van Suid-Afrikaanse kinders soos dit in ons grondwet (konstitusie) voorkom, op plakkate uitgeskryf. Hierdie plakkate kan nou weer teen die muur aangebring word. Dalk was dit so mooi en netjies dat dit steeds in julle klaskamer pryk!

In die eerste module het ons gekyk na die regte wat die gesondheid van kinders raak. Nou gaan ons na al 12 regte en pligte kyk.

2.1.5.1 Aktiwiteit 1

2.1.5.2 Om kinderregte in jou eie woorde oor te skryf [LU 2.1]

Skryf die kinderregte in jou eie woorde oor. 'n Woordeboek kan hier goed gebruik word om sinonieme (ander woorde met dieselfde betekenis) op te spoor wat nuttig sal wees om die opdrag uit te voer.

Dalk wil julle jul eie kindergrondwet op 'n perkamentrol skryf. Laat dit lyk soos 'n ou historiese geskrif met 'n rooi seël en 'n satynlint om die rolletjie vas te bind.

OF

Maak van jou rekenaarvaardighede gebruik om jou eie 'cool' dokument te maak waarin jy al jou 'desktop publishing'-tegnieke gebruik. Maak dan 'n kleuruitdruk.

OF

Gee die regte in 'hiërogliewe' (prenteskrif) weer. Vervang sommige van die woorde met prentjies.

2.1.6 Assessering

LEERUITKOMS 2: SOSIALE ONTWIKKELING

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25131/1.1/>>.

Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.

Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

2.1 kinders se regte en verantwoordelikhede soos uiteengesit in die Suid-Afrikaanse grondwet bespreek.

2.2 Vooroordele en stereotipering²

2.2.1 LEWENSORIËNTERING

2.2.2 Graad 4

2.2.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.2.4 Module 7

2.2.5 VOOROORDELE EN STEREOTIPERING

2.2.5.1 Vooroordele en stereotipering

Eerstens kan hierdie woorde in 'n verklarende woordeboek nageslaan word.

2.2.5.2 Aktiwiteit 1

2.2.5.3 Om die leesstukkies te lees en woorde te identifiseer wat na partydigheid, diskriminasie en stereotipes verwys [LU 2.2]

Lees die volgende drie leesstukkies en kyk of jy kan sien watter woorde of optrede na vooroordele of stereotipering verwys. Onderstreep hierdie toepaslike woorde of sinne.

Leesstuk 1:

Sipho Banjwa en Johan van Staden is twee graad 4-leerders van die Laerskool Kloof in Kaapstad. Hulle wag vir die pouseklok om te lui. Albei is kranige sportmanne. Sipho hou sy sokkerbal onder die arm en Johan staan gereed met sy rugbybal om sy skoppe te gaan oefen.

Johan: "Ek kan nie verstaan dat iemand wil sokker speel nie. Dis regtig 'n spel vir sissies".



Figure 2.1

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25132/1.1/>>.

Sipho: "O né, vir sissies! Ek sou nou nie huis vir Lucas Radebe as 'n sissie beskou nie. Rugby is in elk geval net 'n sport vir 'n klomp "hairy back" boertjies wat mekaar se tande uitskop en mekaar vertrap met hulle rugby 'boots'!"

Johan: "Vertrap! Dis julle swartes wat mekaar vertrap by elke sokkerwedstryd. My pa sê julle is almal net 'n trop wildebeeste wat water geruik het."

Sipho: "Ek daag jou uit vir 'n sokkerwedstryd, ou Whitey, dan sien ons wie is 'n wildebees en wie is 'n donkie wat net kan skop!"

Leesstuk 2:



Figure 2.2

Hester en Feziwe is beste maats. Elke middag na skool ontmoet die twee meisies hulle ouer broers by die krieketveld en speel vir 'n uur of wat 'n opwindende spel krieket. Hester is bekend vir haar kolfwerk en Feziwe kan 'n googly boul wat vir Nicky Bojé sal beïndruk. Die seuns weet dat hierdie twee meisies uitstekende krieketspelers is wat al die reëls en tegnieke van die spel op hulle vingerpunte ken.

Maandag tydens saalbyeenkoms kondig meneer Pretorius af dat leerders wat belangstel om eerstespan krieketproewe te speel, hulle name ná die saalbyeenkoms by hom moet kom opgee. Hester en Feziwe stamp opgewonde aan mekaar. Hulle weet hulle kan al die 0.12's onder die tafel in speel. Daar is 'n paar sterk 0.13-spelers, maar hulle sien kans om met hulle te kompeteer. Ná saal is hulle eerste by mnrr. Pretorius: **Mnr. Pretorius:** "Ja, waarmee kan ek julle twee meisies help? Julle moet my tog gou verskoon; ek moet die krieketmanne spreek." **Hester:** "Maar Meneer, dis hoekom ons hier is - om ons name op te gee vir die krieketproewe." **Mnr. Pretorius:** "Ag kom nou, Sussie. Jy maak nou seker 'n grap. Waar het jy nou al ooit gehoor van 'n vroumens wat 'n krieketkolf kan oplig of 'n krieketbal verder as een tree kan goo!" **Feziwe:** "Meneer het nog nie Hester se kolfwerk gesien nie. Sy sal vir Jan Vermeulen vir 'n ses slaan!" **Mnr. Pretorius:** "Julle dogtertjies mors nou regtig my tyd. Gaan speel pop en bak koekies in die kombuis, maar moenie met hierdie bogpraatjies kom nie. Krieket is 'n sport vir manne alleen!"

Leesstuk 3:

Dis Vrydag. Janine en Faith gesels gedurende pouse oor die naweek wat voorlê. Janine is sommer dikmond. **Janine:** "Dis nou al weer die hoeveelste naweek wat ons met my ouma opgeskeep sit. Die ou *lady* word elke keer saam gepiekel as ons Pringlebaai toe gaan. Sy bederf altyd al ons pret. Oumense is almal sulke verkrampte *nat vadoeke*!"



Figure 2.3

Faith: “Haai! Ek’s mal oor my ouma. Sy vertel die wonderlikste stories uit haar verlede en sy is altyd die een wat ‘n geheime lekkertjie in haar laai wegsteek vir daardie dae wat alles net vir jou verkeerd loop.”

Janine: “Wel, ek het nog nooit van so ‘n ouma gehoor nie. Alle oumense moet net in ouetehuise opgesluit word waar hulle tog net nie ons lewe kan versuur nie. Die ou toppies het tog geen nut meer vir die samelewing nie!”

Faith: “Nou’s jy sommer laf. Ek lees nou die dag op die internet dat Michelangelo sy belangrikste kunswerke geskep het ná sewentig en dat Einstein van sy belangrikste teorieë geformuleer het op tachtig. Nee jong, kyk ‘n slag met ander oë na daardie liewe ouma van jou. Jy sal verbaas wees oor wat sy jou als kan leer!”

2.2.6 Assessering

LEERUITKOMS 2: SOSIALE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.

Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

2.2 stereotipes, diskriminasie en partydigtheid identifiseer en verduidelik.

2.3 Verhoudings tussen grootmense en kinders³

2.3.1 LEWENSORIËNTERING

2.3.2 Graad 4

2.3.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.3.4 Module 8

2.3.5 VERHOUDINGS TUSSEN GROOTMENSE EN KINDERS

Die verhouding tussen grootmense en kinders binne verskillende kulturele kontekste

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25133/1.1/>>.

2.3.6 Aktiwiteit 1

2.3.7 Om die verhouding tussen ouer mense en kinders in verskillende situasies te vergelyk [LU 2.3]

2.3.8 Jou omgewing

Hieronder sien jy 'n lys simbole. Elkeen van hulle stel 'n persoon voor. Die eerste groep stel persone in jou huishouing of woonplek voor. Die tweede groep stel persone voor wat jy dalk in jou skool sal teenkom, terwyl die derde groep mense in jou kerk is.

Bladsy 4 is 'n werkvel met drie figure daarop geteken, naamlik 'n vierkant, 'n sirkel en 'n driehoek. Jou opdrag is soos volg:

1. Kyk mooi watter simbole almal in die eerste groep (woonplek) se lys voorkom. Soek dan net dié uit wat in jou eie woonplek saam met julle woon en teken daardie simbole oor in die **vierkant** op bladsy 4.
2. Kyk ook watter simbole almal in die tweede groep (skool) se lys voorkom. Soek slegs dié uit wat saam met jou in jou eie skool is en teken daardie simbole oor in die **sirkel**.
3. Kyk laastens na die lysie in die derde groep (kerk) en teken die simbole wat jy kies in die **driehoek**.

As iemand vir jou baie belangrik is of as jy baie lief is vir die persoon, mag jy daardie persoon se simbool groter teken.

1. My huis of blyplek
Ek
Pa of manlike hoof van die huis
Ma of vroulike hoof van die huis
Oudste broer/stiefbroer
Tweede oudste broer
Derde broer
Vierde broer
Oudste suster/stiefsuster
Tweede oudste suster
Derde suster
Vierde suster
Oupa of ouer manlike persoon in die huis
Ouma of ouer vroulike persoon in die huis
Belangrikste troeteldier
Ander persoon in die huis (identifiseer, bv.loseerder, oom of tante, ens.)
2. Die skool
Ek
Skoolhoof
Klasonderwyser
My gunsteling onderwyser
'n Onderwyser van wie ek nie so baie hou nie
Die leerder in die klas/skool waarvan ek nie hou nie
My beste maat
Tweede beste maat
Derde beste maat
'n Leerder wat die skool vir my baie sleg maak
Nog 'n persoon (identifiseer).....
3. My kerk of geestelike gemeenskap
Ek
Oppermag/God/Allah

Geestelike leier
 Iemand wat 'n belangrike rol speel (identifiseer)
Woonplek
Skool
Kerk

2.3.9 Assessering

LEERUITKOMS 2: SOSIALE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.

Assesseringstandaard
 Dis duidelik wanneer die leerder
 2.3 die verhouding tussen ouer mense en kinders in 'n verskeidenheid situasies in verskillende kulturele kontekste vergelyk.

2.4 Sedelesse uit volksverhale⁴

2.4.1 LEWENSORIËNTERING

2.4.2 Graad 4

2.4.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.4.4 Module 9

2.4.5 SEDELESSE UIT VOLKSVERHALE

2.4.5.1 Sedelesse uit volksverhale van Suid-Afrika

Die volgende twee verhale is verkorte weergawes van vertellings uit *Die Madiba Boek*, Tafelberg; 2002. Dit is 'n boek met Nelson Mandela se gunsteling stories vir kinders. Lees die twee pragtige stories en probeer vasstel watter boodskap hierdie stories oordra.

1. Die slanghoofman (Zulu) (Standvastigheid en moed) p.26

Bonakele, 'n arm weduwee met net een dogter, werk baie hard om te oorleef. Sy plant mielies om van te lewe, maar versamel ook veldkos soos umdoni-bessies om te eet. Wanneer sy baie bessies het, ruil sy dit vir gedroogde bokvleis of amasi. Op 'n dag terwyl sy bessies soek, kom sy op 'n groot slang af wat besig is om al die bessies op te vreet.

"Ag nee, Slang," sê sy, "hoe gaan ek vleis vir my en my dogter kry as jy al die bessies opeet?"

Slang weet Bonakele is bang en hy maak 'n slinkse aanbod: "Ek sal jou toelaat om 'n mandjie bessies te pluk in ruil vir jou dogter. Bonakele stem in en pluk haar mandjie vol bessies. Maar sy'st skaars weggestap toe sy besef wat sy gedoen het. Sy besluit om vir Slang te uitoorlê en kies 'n lang ompad huis toe sodat Slang nie kan vasstel waar sy en haar dogter bly nie.

Bonakele is so haastig en angstig dat sy nie sien hoe daar telkens 'n pers bessie uit haar mandjie val nie.

Toe slang dik gevreet is, besluit hy om sy betaling te gaan opeis. Hy volg maklik Bonakele se spoor met al die pers bessies wat sy laat val het. Kort nadat Bonakele van haar groot fout vir haar dogter vertel het, seil Slang hulle hut binne. Bonakele begin droewig huil.

Maar Bonakele se dogter is liefdevol en dapper: "Ma, 'n belofte moet geëer word. 'n Mens se woord is jou eer." Sy bring vir slang 'n karos om op te lê en gaan skink vir hom 'n groot kalbas amasi.

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25134/1.1/>>.

Daardie nag word Bonakele wakker van 'n diep manstem. Langs haar dogter sit 'n baie aantreklike sterk jongman. Langs hom op die karos lê die verdroogde slangvel. Sonder om te dink, gryp Bonakele die vel en gooi dit in die vuur.

"Jy het die toorkrag verbreek," sê die jongman. "n Goeie dapper meisie het eerbaar opgetree en 'n dwase vrou het my vel verbrand." Net daar vra hy of hy met die meisie mag trou. Hulle het lank en gelukkig saam gewoon en altyd genoeg kos gehad om te eet.

1. Musoke se fietsrit mark toe(Uganda) (Goeie dade word beloon)

Musoke bly in 'n klein dorpie buite Kampala. Hy't pas tien geword en voel soos 'n groot man – veral omdat sy pa hom gevra het om vandag met sy fiets die avokado's mark toe te vat. Hy pak vroegoggend die reis aan. Dis belangrik dat dit nie kneus nie. Hy's skaars oor die eerste bult toe die ou man, Kikyo, hom met 'n handgebaar wys om te stop. "Musoke, die rumatiek pla my vandag. Ek wou die hen met eiers vandag na my suster in die dorp vat. Sal jy nie haar versigtig op jou fiets laai en saamvat nie?"

Musoke weet hy kan nie eintlik vir die ou man nee sê nie en laai die rooi hen met eiers in die fietsmandjie bo-op die avokado's. Skaars is hy om die draai toe Bosa hom voorlê. Bosa het sy been gebreek en loop hinkepink. "Musoke, groot man, kan ek nie saam met jou op die fiets ry nie? Ek moet mark toe en ek sukkel so met die seer been."

Musoke se bene is al self seer van die trap en balanseer met die ekstra gewig en die eiers wat nie mag breek nie. Hy kry hom tog jammer. "Klim maar op, maar jy moet versigtig sit – ek wil nie val nie."

Om die volgende draai tref 'n klip hom so amper teen die kop. Dis 'n klomp van Musoke se skoolvriende wat jaloers is dat hy op sy fiets mark toe ry. Musoke skrik so groot dat hy 'n klip in die pad tref en daar trek een avokado – dit tref die stoute klipgooier tussen die oë. Dié skrik so dat hy net so in die pad bly staan. "Is dit nie gaaf ek het die avokado's op my fiets nie. Kyk watter goeie ammunisie was dit."

Fesito, die tweede kwajong, probeer woedend Musoke van die fiets afruk, maar die klein rooi hennetjie pik hom verwoed op die hand omdat sy bang is hy vat haar eiers. Hy dag dis 'n slang, gee 'n gil en los die fiets soos 'n warm patat. "Is dit nie gaaf ek het tog die ou man, Kikyo se hennetjie opgelaai nie. Kyk hoe het sy ons beskerm!"

Om die laaste draai wag Waswa met 'n lang stok om Musoke en sy vrag by te kom. Bosa steek sy kruk uit en haak die stok vernuutig uit Waswa se hand dat hy met 'n boog deur die lug trek. "Is dit nou nie gaaf dat ek Bosa laat saam ry nie. Kyk hoe dapper het hy my gehelp."

Musoke ry moeg, maar trots die mark binne. Die avokado's, hennetjie en kuikens en sy passasier kom veilig by hulle bestemming aan. As Musoke nie so behulpsaam was nie, het hy, sy pa se fiets en die avokado's nou nog in die pad gelê!

2.4.5.2 Aktiwiteit 1

2.4.5.3 Om die morele les in 'n vertelling te begryp en te dramatiseer [LU 2.4]

2.4.5.3.1 Rolspel

Deel die leerders in groepe en laat hulle die stories dramatiseer. Vir die eerste storie is daar drie spelers nodig. Maak handpoppe van ou sokkies. Vir die tweede storie is ten minste ses spelers nodig.

2.4.5.4 Aktiwiteit 3

2.4.5.5 Om kommentaar te lewer op 'n morele les deur 'n kort paragraaf te skryf [LU2.4]

Individuale opdrag

Skryf 'n kort paragraaf oor die les wat uit elke storie geleer kan word.

Dink na oor die volgende:

Wanneer laas het jy 'n goeie daad gedoen waarop jy ook trots kan wees? Probeer om vandag iets te doen om iemand se dag beter te maak.

2.4.6 Assessering

LEERUITKOMS 2: SOSIALE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.

Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

2.4 kommentaar op die morele les in die vertellinge van 'n verskeidenheid kultuurgroepe in Suid-Afrika lewer.

2.5 Plekke van aanbidding⁵

2.5.1 LEWENSORIËNTERING

2.5.2 Graad 4

2.5.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.5.4 Module 10

2.5.5 PLEKKE VAN AANBIDDING

Plekke van aanbidding of verering vir verskillende godsdiensgroepe

Meeste mense het 'n behoefte aan 'n spesiale plek of ruimte waar hulle veilig kan voel en stil op hulle eie kan wees. Soms sê ons vies: "Gee pad om my!" Dit beteken eintlik dat iemand te na aan ons persoonlike ruimte beweeg het.

Gelowiges het ook 'n behoefte aan 'n ruimte wat vir hulle spesiaal, veilig, gewyd of heilig voel. Soms kan 'n mens alleen na so 'n plek gaan om stil te word of te bid. Soms wil mense hierdie spesiale plekke deel met ander mense wat dieselfde godsdiens as hulle beoefen.

Hier kan mense saam toegespreek word deur hulle geestelike leier en saam sekere gebruikte of rituele volg wat eie is aan hulle geloof. Hulle kan saam sing of bid. Dikwels word hierdie spesiale plek versier met kunswerke of waardevolle artikels wat aandui dat dit vir die groep mense 'n besondere plek is. In oorlogstye is kerke, tempels of sinagoges dikwels 'n plek van skuiling.

Die onderstaande tabel noem kortlik watter gebou, plek of stad vir hierdie vier godsdiensgroepe spesiale betekenis het.

Godsdiens	Gebou van aanbidding	Spesiale stad of plek
Christene	kerk	Bethlehem
Katolieke	katedraal	Vatikaan
Moslems	moskee	Mekka
Hindoes	tempel	Varanasi of Benares
Jode	sinagoge	Klaagmuur in Jerusalem

Table 2.1

⁵This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25135/1.1/>>.

2.5.5.1 Aktiwiteit 1

2.5.5.2 Om 'n paragraaf oor 'n spesiale plek te skryf [LU 2.5]

Werkopdrag (individueel)

Leerders moet in 'n paar sinne of paragrawe skryf wat vir hulle 'n spesiale plek is. Dit kan 'n gebou wees, maar ook érens in die natuur. Hulle moet ook sê waarom dit vir hulle 'n besondere plek is.

2.5.6 Assessering

LEERUITKOMS 2: SOSIALE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.

Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

2.5 belangrike plekke en geboue in 'n verskeidenheid gelowe bespreek.

Chapter 3

Kwartaal 3

3.1 Ken jouself¹

3.1.1 LEWENSORIËNTERING

3.1.2 Graad 4

3.1.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.1.4 Module 11

3.1.5 KEN JOUSELF

Identifisering van jou eie sterk punte en dié van jou maats en die gebruik daarvan om probleemsituasies in positiewe leerervarings te omskep.

3.1.6 Aktiwiteit 1

3.1.7 Om inligting oor jouself op 'n tabel in te vul [LU 3.1]



Figure 3.1

Hier word in pare gewerk

1. Gebruik die twee tabelle op bladsy 2 om die inligting oor jouself en jou spanmaat sonder bespreking of vergelyking in te vul. Probeer so eerlik moontlik wees oor jouself, maar wees ook regverdig teenoor jou maat.
2. Ruil die tabel waarin jy **jouself** geëvalueer het met jou maat. Verduidelik die antwoorde aan mekaar.

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25136/1.1/>>.

3. Ruil die tabel waarin jy jou **maat** geëvalueer het, met hom/haar. Bespreek weer. Pasop om nie kwaad te word vir mekaar nie. Let veral op daarna dat jou maat dalk positiewe dinge in jou raaksien waaraan jy nie gedink het nie.
4. Omkring op jou eie tabel jou heel beste prestasie/eienskap met 'n pen en jou heel slegste met 'n potlood.
5. Bespreek met jou spanmaat hoe jy jou beste, asook jou swakste prestasie kan verbeter.
6. Skryf in een paragraaf wat jou mikpunt is t.o.v. van jou swakste eienskap en hoe jy dit gaan probeer verbeter (bv. *My swakste eienskap is dat ek graag skinder. Ek gaan probeer om elke keer as ek iets leliks van iemand wil oorvertel, eerder iets moois van hom/haar te sê*).

Voorbeeld:

Naam: Annelie	Beste prestasie/eienskap	Swakste prestasie/eienskap
AKADEMIE	75% vir Afrikaans	42% vir Wiskunde
SPORT	3 ^{de} plek in naelloope	Kan nie tennis speel nie.
KULTUUR	Sing in skoolkoor	Slaag nie klaviereksamen nie
PERSOONLIKHEID	Meestal vriendelik	Skinder graag
VOORKOMS	Blink hare	Krom tone

Table 3.1

	Beste prestasie/eienskap	Swakste prestasie/eienskap
AKADEMIE		
SPORT		
KULTUUR		
PERSOONLIKHEID		
VOORKOMS		

Table 3.2

My maat	Beste prestasie/eienskap	Swakste prestasie/eienskap
AKADEMIE		
SPORT		
KULTUUR		
PERSOONLIKHEID		
VOORKOMS		

Table 3.3

My swakste eienskap/prestasie is

3.1.8 Assessering

LEERUITKOMS 3: PERSOONLIKE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te bou ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.

Assesseringstandaard
 Dis duidelik wanneer die leerder
 3.1 eie sterk punte en dié van ander identifiseer, en verduidelik hoe om minder suksesvolle ervarings na positiewe leerervarings om te skakel.

3.2 Respek vir ander²

3.2.1 LEWENSORIËNTERING

3.2.2 Graad 4

3.2.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.2.4 Module 12

3.2.5 RESPEK VIR ANDERE

Respek vir ander persone se liggame, asook uitkenning en hantering van ander se gevoelens (emosies).

3.2.5.1 Aktiwiteit 1

3.2.5.2 Om te verduidelik waarom ander persone se liggame gerespekteer moet word [LU 3.2]

Werk op jou eie. Lees die sinne in die onderstaande tabel deur.

- Merk langsaan elke stelling of jy beslis saamstem (II), so min of meer saamstem ([U+F09E]), of glad nie saamstem nie ([U+F0D0]).

Die liggaam is 'n tempel van God.

Die liggaam huisves die siel.

Elke mens het 'n persoonlike ruimte.

Behandel ander soos jy self behandel sal wil word.

Ek het reg om wraak te neem as iemand sleg teenoor my optree.

Ek kan iemand anders se liggaam respekteer, al respekteer ek nie my eie nie.

Dis moeilik om te weet hoe iemand anders regtig voel.

Ek moet vir iemand anders soveel respek hê as vir myself.

Die wiel draai (wat vandag een persoon oorkom, kan dalk more met 'n ander gebeur).

Dit is goed om van jou woede ontslae te raak deur iemand te lyf te gaan.

Ek mag "NEE" sê wanneer iemand aan my liggaam raak op 'n manier wat my ongemaklik laat voel.

Ek is self verantwoordelik vir my liggaam.

- Onderstreep die sin in die tabel hierbo waarmee jy die sterkste saamstem. Skryf in een sin waarom jy so voel:

- Maak nog 'n ([U+F0D0]) in die kolom teenoor die sin waarmee jy minste saamstem. Gee 'n rede hoekom jy so sterk hieroor voel :

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25139/1.1/>>.

3.2.5.3 Aktiwiteit 2

3.2.5.4 Om ander se emosies te interpreteer [LU 3.3]

Groepwerk :

Verdeel in groepe van sowat vyf lede elk. Elke groep kry een groot vel papier. Identifiseer een groeplid wat die skryfwerk gaan doen. Merk die voorkant van die papier "A" en die agterkant "B".

Elke groeplid sê wat hom/haar dié week die gelukkigste gemaak het. Die skrywer skryf dit op kant A neer.

Op kant B word geskryf wat elkeen die ongelukkigste gemaak het die afgelope week.

Groeplede bespreek die gelukkige ervarings op kant A en deel hulle positiewe gevoelens met mekaar.

Kant B se ongelukkige ervarings word hierna bespreek. Kyk of julle vir mekaar kan raad gee om beter te voel oor hierdie slechte ervarings.

Groepe rapporteer terug aan die klas. Een leerder uit die groep sê kortliks watter soort ervarings hulle groep gelukkig en ongelukkig maak.

3.2.5.4.1 Suksesvolle hantering van konfliksituasies

3.2.5.5 Aktiwiteit 3

3.2.5.6 Om konfliksituasies op te los [LU 3.4]

3.2.5.7 (Konflik: botsing tussen mense)



Figure 3.2

Kom ons verdeel in groepe en speel 'n bietjie toneel! Die volgende konfliksituasies word op stukkies papier geskryf en in 'n papiersakkie gegooi. Elke groepleier trek een onderwerp uit die sakkie. Groepe kry 15 minute om 'n kort toneeltjie uit te werk waarin die situasie "gespeel" word. Aan die einde van die toneel moet die konfliksituasie opgelos word.

Jy en jou broer of suster wil op dieselfde tyd na verskillende programme op die TV kyk. Pa en Ma het ook iets te sê hieroor.

Twee leerders in die klas het verkul in die toets en vir mekaar antwoorde op 'n stukkie papier geskryf. Juffrou of Meneer het die briefie opgetel. Nou word die hele klas na skool gehou totdat die skuldiges hulself identifiseer.

Dis Guy Fawkes-dag. Sommige leerders in julle klas wil 'n vuurwerkvertoning reël vir die aand. Ander voel weer dat daar te veel gevare op die spel is. Een persoon voel veral sterk oor hoe dit die diere van die omgewing kan affekteer.

'n Paar maats vorm al vir 'n jaar 'n "kliek". Daar is 'n nuwe leerder in julle klas en dit lyk asof die helfte van die "kliek-groep" die persoon wil deel maak van hulle "kliek", maar die ander helfte sterk daarteen gekant is.

Daar is een speelpark in julle woonbuurt. Een Saterdagmiddag wil 'n groep swart kinders daar sokker speel, maar 'n groep wit kinders wil krieket speel op dieselfde plek en tyd.

3.2.5.7.1 Positiewe leerervaring in groepwerk

(Hierdie is 'n pret-groepwerksessie. Indien moontlik moet ten minste twee aaneenlopende lesperiodes hiervoor gebruik word. Voorbereiding en beplanning vooraf is noodsaaklik).

3.2.5.8 Aktiwiteit 4

3.2.5.9 Om 'n projek aan te pak [LU 3.5]

Projek Kyalami

Die klas word verdeel in ewe groot groepe. Dit is belangrik dat die groepe soortgelyk moet wees, bv. ewe veel seuns en meisies in elke groep. Probeer ook in elke groep groter en kleiner leerders plaas, asook sport/kultuur-georiënteerde leerders.

Die opdrag:

Bou 'n renmotor (of eerder 'n renwa) wat oor die volgende eienskappe beskik:

Dit moet ten minste een wiel hê.

Daar moet 'n nommerplaat wees.

Dit moet genoeg sitplek vir een persoon hê.

Die wa moet deur ten minste twee persone gestoot of getrek word.

Geen regte enjins of petrolaangedrewe voertuie word toegelaat nie.

(Leerders mag voorwerpe en materiaal van die huis af bring, maar die 'wa' moet by die skool gebou word deur die span).

Verder:

Elke span moet 'n "gelukbringer" hê.

Elke span moet 'n slagspreuk of kreet hê.

Elke lid in die span moet 'n aktiewe rol speel in die Kyalami-projek

Oorspronklikheid en kreatiwiteit is baie belangrik.

Die resies:

Al die waens en spanlede moet by 'n wegspringpunt aantree.

Die onderwyser blaas 'n fluitjie en almal spring gelyk weg.

Elke renwa moet ten minste 80 meter ver gestoot of getrek word tot by die wenstreep.

Toekenning van punte:

- Die renwa wat eerste oor die wenstreep beweeg met sy passasier en "karperde" kry 10 punte, tweede 8 punte, derde 6 punte, ens,
- Die oorspronklikste wa kry twee punte.
- Die beste slagspreuk of kreet kry twee punte.
- Die span met die beste spangees kry vier punte.
- Die oulikste nommerplaat kry een punt.
- Die oorspronklikste gelukbringer kry een punt.

- Ander wenke:
 - Probeer 'n lekker prys vir die wenspan uitdink, bv. 'n halfuur vry van skool of 'n blikkie koeldrank elk.
 - As die waens regtig oulik is, kan die plaaslike koerant kom foto's neem.
 - Reël dat ander klasgroepe as toeskouers kom aanmoedig.
 - Vra die skoolhoof om die 'afsitter' te wees.

Die lesperiode ná die resies:

Vul as span die volgende in:

Ons span se beste eienskap

Ons span se swakste eienskap

Het een lid as spanleier opgetree?

Het elke lid 'n bydrae gelewer?

Was daar enige negatiewe gedrag
teenoor mekaar of ander spanne?
As ons weer so 'n projek aanpak, sal
ons dieselfde doen? Indien nie, wat
sal ons anders doen?
Was dit 'n aangename spanaktiwiteit?

3.2.6 Assessering

LEERUITKOMS 3: PERSOONLIKE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te bou ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.

Assesseringstandaard

Dis duidelik wanneer die leerder

- verduidelik hoekom ander persone se liggame gerespekteer moet word;
- nadink oor ander se gevoelens en dit interpreteer;
- die vermoë toon om nuttige response in konfliksituasies te kies en toe te pas;

3.5 besin oor en leer uit eie ervaring van groepwerk.

3.3 Studiemetodes en Tuiswerk³

3.3.1 LEWENSORIËNTERING

3.3.2 Graad 4

3.3.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.3.4 Module 13

3.3.5 STUDIEMETODES EN TUISWERK

3.3.5.1 Studiemetodes

3.3.5.2 Aktiwiteit 1

3.3.5.3 Om 'n bespreking oor die belangrikheid van huiswerk te hou [LU 3.6]



Figure 3.3

Hou 'n dinksrum oor die waarde van tuiswerk doen.

Elke groep rapporteer terug en 'n algemene klasbespreking word hieroor gehou.

'n Kort debat "vir" en "teen" tuiswerk kan die aktiwiteit aanvul of vervang.

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25142/1.1/>>.

3.3.5.4 Aktiwiteit 2

3.3.5.5 Om 'n vraelys oor huiswerk te beantwoord [LU 3.6]

3.3.5.6 Individuele Opdrag

Voltooi die vraelys deur 'n regmerkie in die regte kolom te maak. Wees absolut eerlik. Werk dan jou persoonlike punt uit:

	A) Dikwels	B) Soms	C) Nooit
1. Skryf jy jou tuiswerkopdrag sorgvuldig in die klas af?			
1. Maak jy aan die einde van die skooldag seker dat jy al die nodige boeke in jou boeksak het?			
1. Beplan jy hoeveel tyd jy aan elke opdrag gaan span-deer voor jy met jou tuiswerk begin?			
1. Kyk jy na die in-leweringsdatums in jou tuiswerk-boek voordat jy met jou tuiswerk begin?			

Table 3.4

1. Sukkel jy om aan die gang te kom met jou werk?			
1. Kyk jy TV terwyl jy tuiswerk doen?			
1. Laat jy toe dat allerlei dinge jou tuiswerktyd onderbreek?			
1. Stel jy jou tuiswerktake uit tot die laaste oomblik?			
1. Wanneer jy vasbrand, vra jy vir iemand vir hulp?			
1. Gaan jy jou werk weer na voordat jy dit inhandig?			
1. Vra jy vir iemand om jou kennis te toets nadat jy vir 'n toets geleer het?			
<i>continued on next page</i>			

1. Lewer jy jou tuiswerk betyds in?			
-------------------------------------	--	--	--

Table 3.5

Werk jou totaal so uit:

Vraag 1	A = 2 punte	B = 1 punt	C = 0
Vraag 2	A2	B1	C0
Vraag 3	A2	B1	C0
Vraag 4	A2	B1	C0
Vraag 5	A0	B1	C2
Vraag 6	A0	B1	C2
Vraag 7	A0	B1	C2
Vraag 8	A0	B1	C2
Vraag 9	A0	B1	C2
Vraag 10	A2	B1	C0
Vraag 11	A2	B1	C0
Vraag 12	A2	B1	C0
Totaal:			

Table 3.6

Wat beteken jou persoonlike punt?

19-24

Jy doen jou tuiswerk getrou en jou studiegewoontes is goed. Jy is georganiseerd. Jy lees jou tuiswerkopdragte met aandag en mors nie tyd deur boeke en ander benodigdhede te soek nie. Aangesien jy jou tuiswerktyd só goed beplan, behoort jy genoeg tyd oor te hê om lekker te kan ontspan en ander dinge te geniet. Indien jy nie genoeg vrye tyd oor het nie, neem jou tuiswerk waarskynlik te veel van jou tyd in beslag. Praat met jou ouers of onderwyser hieroor en laat hulle jou help om jou tuiswerkprogram aan te pas.

13-18

Jy volg meesal die regte metodes om jou tuiswerk suksesvol te voltooi, maar beslis nie altyd nie. Jy moet jou tuiswerktyd beter beplan. Kies beter tye vir tuiswerk doen. Só sal jy beter vaar op skool en ook meer kwaliteit tyd hê vir ontspanning. Kyk mooi na daardie vrae waarop jy "soms" geantwoord het en oorweeg of jy dit nie in die toekoms na "dikwels" kan verander nie.

0-12

Jy dink waarskynlik tuiswerk is onbelangrik en wend nie 'n poging aan om jou tuiswerkprogram te beplan nie. Jy sal hard moet werk om jou gewoontes te verander. Jy sal ook moet sorg dat jou houding teenoor skoolwerk verbeter. Vra hulp en raad by jou ouers of onderwyser hieroor.

3.3.6 Assessering

LEERUITKOMS 3: PERSOONLIKE ONTWIKKELING

Die leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te bou ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.

Assesseringstandaard
Dis duidelik wanneer die leerder
3.6 gepaste studievaardighede toepas.

Chapter 4

Kwartaal 4

4.1 Pretspeletjies¹

4.1.1 LEWENSORIËNTERING

4.1.2 Graad 4

4.1.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.1.4 Module 14

4.1.5 PRETSPELETJIES

Betredingspeletjies (Invasion games)

4.1.5.1 Aktiwiteit 1

4.1.5.2 Om pretspeletjies in groepe te speel [LU 4.1]

Hierdie speletjies kan buite plaasvind of, as dit reën, in die skoolsaal.

(Sommige van die speletjies is verwerk vanuit die boek: *Crows and Cranes*, University Publishers, 1987: Justus Potgieter en Jan Malan).

4.1.5.3 Jakkalse en Ganse

Al materiaal wat vir hierdie spel benodig word, is een kleurband per groep en 'n fluitjie vir die opvoeder.



Figure 4.1

Verdeel die klas in groepe van vier tot ses leerders.

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25143/1.1/>>.

Die groepe word "ganse" genoem en hulle staan in 'n ry agter mekaar. Die voorste "gans" staan hande op die heupe en die ander plaas elkeen hulle hande om die middel van die "gans" voor hom of haar.

Die agterste "gans" steek 'n kleurband in die rek van sy/haar sportbroek of gordel.

Vir elke groep word 'n "jakkals" gekies. Die "jakkals" staan aan die begin van die spel voor die ry "ganse".

Wanneer die opvoeder 'n fluitjie blaas, probeer die "jakkals" die ganse van die kleurband-stert beroof.

Die "jakkals" mag nie die "ganse" vashou nie en geen van die "ganse" mag hulle hande gebruik om die "jakkals" af te weer nie.

Wanneer die "jakkals" geslaag het om die "ganse" van hulle "stert" te beroof, moet die hele span gaan sit. Die groep wat vir die langste tyd die "jakkals" kan uitoorlê, is die wenners.

4.1.5.4 Beentjie

Materiaal vir die spel: 'n krieket- of tennisbal vir elke

twee groepe. Verdeel die klas in groepe van vyf tot tien leerders. Daar moet 'n gelyke getal groepe wees.



Figure 4.2

Twee groepe staan op 'n afstand van 5 meter oorkant mekaar.

Elke groep probeer die bal tussen die bene van hulle opponerende span deur te rol of te gooie.

Een punt word toegeken aan die een groep, indien 'n opponent uit die ander groep die bal probeer vang, maar dit laat val.

Een punt word verwerf elke keer as die groep daarin slaag om die bal tussen hulle teenstanders se bene deur te stuur.

Die span met die meeste punte aan die einde van die spel, is die wenners.

4.1.5.5 Wolf in die bos

Materiaal : bordkryt of 'n tou om die "huis" en "grot" af te baken.

Die opvoeder wys 'n "ma bok" en 'n "wolf" aan.

Die "ma bok" staan in haar huis.

Die "wolf" staan in sy "grot".



Figure 4.3

Die "klein bokkies" hardloop en speel vrylik in die "woud" rond.

Wanneer die ma bok roep: "Kindertjies, kindertjies, kom huis toe", moet al die bokkies hardloop na die afgebakende "huis".

Die "wolf" moet nou probeer om van die "bokkies" te vang.

Wanneer 'n "bokkie" gevang is, moet sy/hy in die wolf se "grot" gaan sit.
 Wanneer die bokkies veilig in die huis is, roep die ma bok: "Kindertjies, kindertjies, gaan speel in die bos". Al die oorblywende "bokkies" moet dan weer in die "bos" gaan speel.
 Die wenner is die laaste oorblywende "bokkie".

4.1.6 Assessering

LEERUITKOMS 4: LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING

Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.

4.1.6.1 Assesseringstandaard

Dit is duidelik wanneer die leerder

4.1 aan 'n verskeidenheid eenvoudige invalspeletjies deel neem.

4.2 Ons oefen speel-speel²

4.2.1 LEWENSORIËNTERING

4.2.2 Graad 4

4.2.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.2.4 Module 15

4.2.5 ONS OEFEN SPEEL-SPEEL

4.2.5.1 Gimnastiese oefeninge vir liggaamsbeheer

4.2.5.2 Aktiwiteit 1

4.2.5.3 Om oefeninge vir liggaamsbeheer uit te voer [LU 4.2]

4.2.5.3.1 Voortbeweging (locomote): Die diere-karnaval

Materiaal: Bandspeler met kasset of CD. (Die *Karnaval van die Diere* deur die komponis, Saint-Saëns, is 'n goeie keuse).

Wanneer die musiek begin speel, boots die leerders die bewegings van sekere diere na.

Sodra die musiek stop, moet die leerders "vries" tot die musiek weer begin.

Elke keer wat die musiek opnuut begin, moet die leerder 'n ander dier uitbeeld.

Voorbeelde van diere en hulle bewegings (Leerders kan aangemoedig word om hulle eie diere en bewegings uit te dink):

Die beer: hande-viervoet kruip.

Gallopende perde: Die knieë word telkens hoog opgelig.

Paddaspring: Hop vanaf hurke na arms.

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25144/1.1/>>.



Figure 4.4

Vlieënde voëls: Hardloop en flap die vlerke (arms) op en af.

Hasie hop: Hop op hurke rond sonder om met die hande die grond te raak.

Aan die einde van die oefening kan die leerders of opvoeder die leerder uitwys wat die interessantste dierbewegings uitgevoer het.

4.2.5.4 Aktiwiteit 2

4.2.5.5 Om rondomtalie-speletjie te speel [LU 4.2]

4.2.5.5.1 Roteer: Rondomtalie-spel

Materiaal: Bandspeler met kasset of CD. Enige vrolike ritmiese musiek is gesik. Stadige en vinnige musiekvoorbeeld kan ook afgewissel word.

- Leerders vorm 'n groot kring ten minste 'n armlengte uitmekaar.
- Wanneer die musiek begin, roep die onderwyser een leerder se naam uit.
- Die leerder moet dan 'n roterende beweging begin uitvoer.
- Al die ander leerders moet die beweging dadelik na-aap. 'n Aanhoudende beweging op een plek is ook toelaatbaar.
- Elke keer as die musiek gestop het, moet die groep na die ander kant beweeg. Dit is belangrik dat die sirkel behou word.

4.2.6 Voorbeeld van rotasie-beweging

- Die windmeul: Swaai die arms op en af en draai tegelykertyd in die rondte.
- Die tol: Tol vinnig al in die rondte.



Figure 4.5

Die hobelperdjie: Lê op jou maag. Hou die enkels met die hande vas sodat jou maag agtertoe buig soos 'n bootjie en wieg vorentoe en agtertoe.

- Die wiegie: Sit met jou knieë opgetrek en hou jou bene styf vas met albei arms. Wieg so ver moontlik vorentoe en agtertoe.

Moedig kreatiewe bewegings aan, maar staak dadelik onbeheerste wilde bewegings wat tot beserings kan lei.

4.2.6.1 Aktiwiteit 3

4.2.6.2 Om sirkustoertjies uit te voer [LU 4.2]

4.2.6.2.1 Oplig: Sirkustoertjies/posisies

Verdeel die leerders in pare.

Leerders kry drie minute om 'n sirkusposisie uit te werk.

Tydens die toertjie mag een van die twee leerders glad nie aan die grond raak met enige deel van sy lyf nie.

Leerders moet 'n naam vir hulle posisie uitdink.

Na drie minute kry elke paar die geleentheid om hulle posisie/toertjie vir die klas te demonstreer. Die klas kan dan stem vir die interessantste/beste/snaaksste posisie, ens.



Figure 4.6

Voorbeeld van sirkus-posisies:

Die dubbele krap-posisie: Leerder A staan omgekeerde hande-viervoet (d.w.s. met die maag na bo) en leerder B staan in dieselfde posisie, maar met sy voete op die knieë van leerder A en sy hande op sy maat se skouers.

Die dubbeldekkerbus-posisie: Leerder A staan hande-viervoet op die grond en leerder B hande-viervoet met sy knieë op die rug van A en sy hande op leerder A se skouers.



Figure 4.7

Die helikopter-posisie: Leerder A lê op sy rug met sy bene in die lug. Leerder B gaan lê met sy maag bo-op leerder A se voete en strek sy lyf reguit uit met sy arms na voor.

4.2.6.3 Aktiwiteit 4

4.2.6.4 Om balanseertoertjies uit te voer [LU 4.2]

4.2.6.5 Balanseer: Piramides

Leerders word in groepe van drie tot vyf verdeel.

Groepe moet nou 'n piramidepositie uitdink waarin balans 'n rol speel

Groepe word vyf minute toegelaat om 'n posisie te beplan en te oefen.

Elke groep kry die geleentheid om sy piramide te vertoon.

Punte uit 10 kan deur die leerders of opvoeder toegeken word.

Voorbeeld van moonlike piramide-posisies:

Twee leerders staan hande viervoet met hulle voete se onderkante teen mekaar. Die derde leerder balanseer deur met 'n voet op elk van die ander twee se rug te staan en sy arms in die lug te steek.

Vyf leerders balanseer in 'n waaier posisie met almal se voete teenaan mekaar. Leerder 1 en 5 raak met een hand aan die grond. Die groep vorm as't ware 'n gradeboog met die grond.

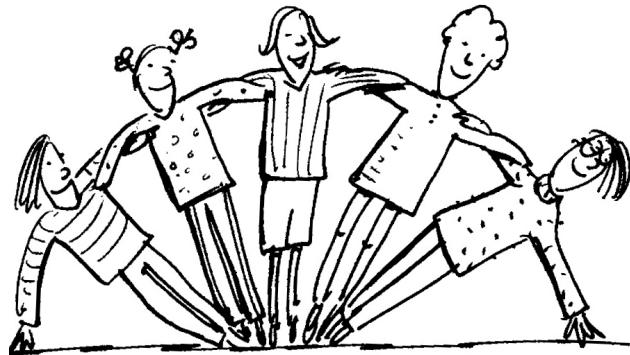


Figure 4.8



Figure 4.9

4.2.7 Assessering

LEERUITKOMS 4: LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING

Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.

4.2.7.1 Assesseringstandaard

Dit is duidelik wanneer die leerder

4.2 verskillende maniere toon om te beweeg, in die rondte te draai, te lig en te balanseer deur verskillende liggaamsdele.

4.3 Basiese Vaardigheidsoefeninge³

4.3.1 LEWENSORIËNTERING

4.3.2 Graad 4

4.3.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.3.4 Module 16

4.3.5 BASIESE VAARDIGHEIDSOEFENINGE

4.3.5.1 Basiese atletiek- en velditem-vaardighede

(Van hierdie aktiwiteite is verwerk uit die boek: *Die onderrig van Liggaamlike Opvoeding*, H.E.K. McEwan, Maskew Miller Longman, 1980).

4.3.5.2 Aktiwiteit 1

4.3.5.3 Om basiese vaardigheidsoefeninge uit te voer [LU 4.3]

Hierdie aktiwiteite kan gerieflik deur 'n klas wat in groepe verdeel word, beoefen word in die skoolsaal, op die speelgrond of op die atletiekveld.

4.3.5.4 Gehurkte naelloopwegspring

Materiaal: bordkryt

Die opvoeder wys een leerder aan as afsitter.

Die ander leerders neem posisie in agter 'n getrekte streep in groepe van vyf of ses. Wanneer die afsitter sê: "Op julle merke", hurk hulle agter die streep.

Op die bevel: "Gaan!" hardloop hulle na die oorkant van die saal.

4.3.5.5 Aktiwiteit 2

4.3.5.6 Om basiese vaardigheidsoefeninge uit te voer [LU 4.3]

4.3.5.7 Aflos-oefenlopies

Materiaal: bordkryt, stophorlosie (opsioneel)

Groepies van drie leerders werk saam.

Die opvoeder trek twee ewewydige lyne 1 meter uit mekaar weerskante van die beskikbare oefen-area.



Figure 4.10

Leerder 1 spring uit 'n gehurkte naelloopposisie weg vanaf die eerste streep tot by die oorkantste streep.

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25145/1.1/>>.

Wanneer hy/sy die lyn bereik, spring leerder 2 (Vanuit 'n staande posisie) weg en hardloop terug na leerder 1 se oorspronklike posisie.

Leerder 3 spring weg vanuit die posisie sodra leerder 2 hom/haar bereik.

Vir assessoringsdoeleindes kan die opvoeder die leerders se tyd met 'n stophorlosie neem.

4.3.5.8 Aktiwiteit 3

4.3.5.9 Om basiese vaardigheidsoefeninge uit te voer [LU 4.3]

4.3.5.10 Spoedoefening

Materiaal: bakstene of bakens (twee per span), stophorlosie

Pak piramides met bakstene of bakens twee meter uit mekaar.

Deel die klas op in gelyke spanne van sowat agt leerders.

Spanlede hardloop twee-twee twee keer om die bakens.

Die opvoeder neem die tyd met 'n stophorlosie.

Die span wat in die kortste tyd sy aantal rondtes voltooi, wen.

4.3.5.11 Aktiwiteit 4

4.3.5.12 Om basiese vaardighede uit te voer [LU4.3]

4.3.5.13 Hekkie/hindernisoefening

Materiaal: Vier stelle bakstene, en vier stokke (1,5 m lank) per groep, stophorlosie.

Bou 'n stel van vier "hekkies" met bakstene en stokke ewe ver van mekaar.

Die hekkies moet stapsgewyse hoër word.

Die klas word in gelyke groepe verdeel. Elke groep kry die geleentheid om een-een oor die reeks hekkies te hardloop. Leerders moet daarop gewys word dat hulle oor die hekkies moet hardloop en nie spring nie.

Die span wat in die kortste tyd die rondtes voltooi, wen. Leerders wat spring en nie hardloop nie, diskwalifiseer hulle span.

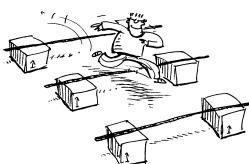


Figure 4.11

4.3.5.14 Aktiwiteit 5

4.3.5.15 Om basiese vaardigheidsoefeninge uit te voer [LU 4.3]

4.3.5.16 Gewigstoot met boontjiesakkies

Materiaal: Maatband, bordkryt, aantal boontjiesakkies of sandsakkies

Die opvoeder trek 'n sirkel met 'n middellyn van 2 meter en verdeel dit dan verder in kwarte.

Elke leerder kry die kans om die boontjiesak met 'n sterk stootaksie van langs die ken te gooie.

Die leerder begin by die "6:00"-lyn en gooi die sakkie met 'n gly-trekbeweging by die "12:00"-merk uit die sirkel. Dit is belangrik om die beweging van die linkervoet langs die middellyn te beklemtoon.
(Sandsakkies kan ook vir hierdie oefening gebruik word.)

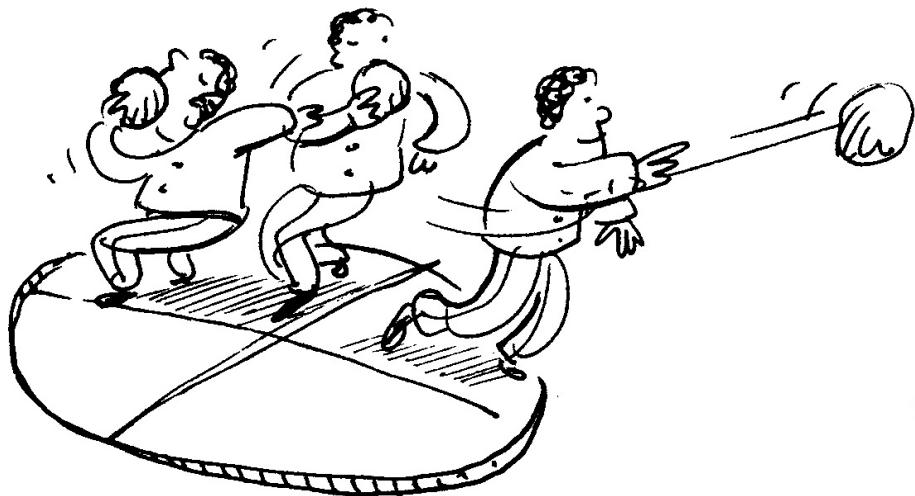


Figure 4.12

Die Russiese troika: 'n ritmiese postuur-dansie

4.3.5.17 Aktiwiteit 6

4.3.5.18 Om 'n Russiese dans uit te voer [LU4.4]

Vrolike marsagtige musiek is nodig vir die dansie. ("Troika" is die Russiese naam vir 'n slee wat deur drie perde getrek word.)

Materiaal: bandspeler met kasset of CD, boontjiesakkie of boek per leerder (opsioneel), serpies of sakdoeke (opsioneel).

Leerders word in groepe van drie in 'n ster-formasie geplaas met almal watregs kyk.

Die leerders hardloop met knieë wat hoog na die ken opgelig word (perdjie-styl) met hulle rûe regop en die kop opgelig.

Leerders plaas hulle hande op mekaar se skouers, met die arms reguit uitgestrek.

Die volgende stappe word gevolg:

Wanneer die musiek begin speel, tel die opvoeder: 1, 2, 3, 4 op maat van die musiek.

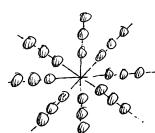


Figure 4.13

Die leerders begin dan met die gallop-aksie almal gelyktydig, op die maat van die musiek, vorentoe trippel. Dit is belangrik dat almal met die regtervoet begin. Wanneer die opvoeder hardop tel: "1, 2, 3, draai", lig die leerders hulle hande van mekaar se skouers en tol in die rondte en hervat die hand-op-die-skouer-positie. Die beweging moet vinnig en glad geskied sodat hulle op die polsslag van die musiek weer in die teenoorgestelde rigting begin trippel.

Hierdie dansie kan ook verder uitgebrei word deurdat die middelste leerders bv. 'n boog met hulle arms volg. Leerders kan ook met boontjiesakkies of 'n boek op die kop die dansie doen om klem te lê op die regop liggaamsposisie. Sakdoeke of serpies kan ook gebruik word i.p.v. die hande-op-die-skouers.

4.3.6 Assessering

LEERUITKOMS 4: LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING

Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.

4.3.6.1 Assesseringstandaard

Dit is duidelik wanneer die leerder

- basiese veld- en baanatletiektegnieke toon;
- ritmiese bewegings uit voer met 'n bewusheid van liggaamshouding.

4.4 Veiligheid in en by die water⁴

4.4.1 LEWENSORIËNTERING

4.4.2 Graad 4

4.4.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.4.4 Module 17

4.4.5 VEILIGHEID IN EN BY DIE WATER

4.4.5.1 Waterveiligheid

4.4.5.2 Groepsaktiwiteit 1

4.4.5.3 Om kennis te neem van die inhoud van 'n koerantberig [LU 4.5]

Lees die volgende uittreksel uit die *KleinBurger* van 26 Augustus 2002:

4.4.5.3.1 VOORKOM ONGELUKKE TUIS

Ongelukke waarby kinders soos julle betrokke is, gebeur net ver van die huis verkeerd.

Omtrent 75% van die ongelukke wat julle moontlik kan oorkom, gebeur om en in die huis. Ongeveer tien kinders jonger as 15 sterf daagliks as gevolg van motorongelukke, verdrinking, vergiftiging, brandwonde en geweld.

Jammer vir die aaklike nuus. Maar hoe anders kan julle bewus word van die feite? CAPFSA (Child Accident Prevention Foundation) staan jaarliks 'n week af om hierdie skokfeite aan die publiek bekend te maak sodat almal kan probeer om hierdie onaanvaarbaar hoë voorkoms van ongelukke en sterftes te voorkom.

Jul veiligheid het niks met geluk te doen nie. Daar is sekere reëls wat julle en jul ouers ernstig moet opneem en kan volg.

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m25146/1.1/>>.

Dalk moet jy soms jou jonger boeties of sussies oppas wanneer jou ouers uitgaan. Die inligting en wenke wat deur Nelmarie du Toit by CAPFSA aan KleinBurger gegee is, geld vir jou eie en die veiligheid van ander wat jy soms moet oppas. Plak dit gerus teen jou kasdeur.

4.4.5.3.2 Verdrinking

Vind meestal plaas in riviere, dan in damme en dan in swembaddens. Klein kinders moet nooit alleen in die bad gelaat word nie. Emmers water wat rondstaan, wag vir 'n kind om te verdrink.

4.4.5.3.3 Brandwonde

Die Rooi Kruis-kinderhospitaal behandel jaarliks ongeveer 900 kinders vir brandwonde wat eintlik NIE MOES GEBEUR HET NIE.

Warm vloeistowwe soos water, koffie, olie, tee en ander kossoorte veroorsaak meeste brandwonde.

Tap altyd eerste die koue en dan die warm water in die bad.

Onthou: vuurhoutjies, aanstekers en vuur is nie speelgoed nie!

As jou klere aan die brand raak, moet jy stilstaan, val en rol om die vlamme te blus.

Indien jy 'n brandwond opgedoen het, kan jy dit 15 minute lank met koue water verkoel.

4.4.5.3.4 Vergiftiging

Die hoofoorsaak van vergiftiging is medisyne, paraffien en ander skoonmaakmiddels wat op plekke gebêre word waar julle maklik kan rondsnuffel. (Dus, kinders se stoutigheid moet ophou, want Klein Burger is seker Ma het al dikwels gesê julle mag nie in hierdie of daardie kas krap nie!)

Met klein kinders in die huis moet 'n mens altyd ekstra versigtig wees; hulle draai enige bottel oop.

Gifstowwe moet nooit saam met kos in dieselfde kas gebêre word nie.

4.4.5.3.5 Val

Meer as 40% van alle beserings wat by die Rooi Kruis-Kinderhospitaal behandel word, is as gevolg van val val uit bome, babas wat op hoë plekke alleen gelaat word en dan afval, en kinders wat van apparaat op die speelterrein afval.

As julle nog meer oor veiligheid vir kinders wil lees, kan julle die webtuiste van CAPFSA besoek by : www.altonsa.co.za/childsafe.

4.4.5.4 Groepaktiwiteit 2

4.4.5.5 Om as 'n groep oor veiligheidsmaatreëls in water te gesels

4.4.5.6 [LU 4.5]

Bespreek in gongsgroepe die gevare wat water vir kinders kan inhou.

Maak nou 'n lys van 10 reëls vir die voorkoming van waterongelukke .

Ruil die idees van die verskillende groepe onder mekaar uit.

Die klas kan dan saam die 10 beste reëls op 'n plakkaat uitskryf en teen die klaskamermuur opsit.

4.4.6 Assessering

LEERUITKOMS 4: LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING

Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.

4.4.6.1 Assesseringstandaard

Dit is duidelik wanneer die leerder

4.5 gevare en verantwoordelike veiligheidsmaatreëls in en naby water identifiseer.

Attributions

Collection: *Lewensorientering Graad 4*

Edited by: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/col11095/1.1/>

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Gesonde spyskaarte"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25104/1.1/>

Pages: 1-4

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Wat is in jou kospakkie vir skool?"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25124/1.1/>

Pages: 4-6

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "'n Gesonde omgewing en persoonlike gesondheid"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25125/1.1/>

Pages: 7-8

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Gesondheidsregte en -verantwoordelikhede"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25127/1.1/>

Pages: 8-10

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Padveiligheid"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25130/1.1/>

Pages: 10-12

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Kinderregte"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25131/1.1/>

Pages: 13-14

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Vooroordele en stereotipering"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25132/1.1/>

Pages: 14-16

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Verhoudings tussen grootmense en kinders"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25133/1.1/>

Pages: 16-18

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Sedelesse uit volksverhale"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25134/1.1/>

Pages: 18-20

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Plekke van aanbidding"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25135/1.1/>

Pages: 20-21

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Ken jouself"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25136/1.1/>

Pages: 23-25

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Respek vir andere"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25139/1.1/>

Pages: 25-28

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Studiemetodes en Tuiswerk"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25142/1.1/>

Pages: 28-32

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Pretspeletjies"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25143/1.1/>

Pages: 33-35

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Ons oefen speel-speel"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25144/1.1/>

Pages: 35-38

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Basiese Vaardigheidsoefeninge"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25145/1.1/>

Pages: 39-42

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Veiligheid in en by die water"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m25146/1.1/>

Pages: 42-44

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

About Connexions

Since 1999, Connexions has been pioneering a global system where anyone can create course materials and make them fully accessible and easily reusable free of charge. We are a Web-based authoring, teaching and learning environment open to anyone interested in education, including students, teachers, professors and lifelong learners. We connect ideas and facilitate educational communities.

Connexions's modular, interactive courses are in use worldwide by universities, community colleges, K-12 schools, distance learners, and lifelong learners. Connexions materials are in many languages, including English, Spanish, Chinese, Japanese, Italian, Vietnamese, French, Portuguese, and Thai. Connexions is part of an exciting new information distribution system that allows for **Print on Demand Books**. Connexions has partnered with innovative on-demand publisher QOOP to accelerate the delivery of printed course materials and textbooks into classrooms worldwide at lower prices than traditional academic publishers.